

Lampiran 1: Artikel Ilmiah

Internalisasi *Wirasa* Dengan Olah Tubuh Bagi Pemeranan Dalam Tari Gaya Yogyakarta

Oleh: Sarjiwo

Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta.

Telp. (0274) 8337889/Hp: 0815 7888 7707.

Email: sarjiwo_tari@yahoo.co.id/sarjiwoisi@gmail.com

Abstrak

Kemampuan mengekspresikan peran dalam tari sangat terkait dengan kualitas aspek *wirasa*. Penguasaan cenderung pada aspek teknik yaitu aspek *wiraga* dan *wirama*. Sementara aspek *wirasa* yang bersumber *Kawruh Joged Mataram* yang terdiri dari empat unsur yaitu: *Sawiji* (konsentrasi), *Grege* (semangat), *Sungguh* (percaya diri), dan *Ora mingkuh* (pantang menyerah) masih kurang. Aspek *wiraga*, adalah kualitas teknik yang bersifat keragaan. Aspek *wirama* berkaitan dengan irama, ritme, tempo sebagai sarana penyatuan diri dengan irama iringan, irama gerak, dan irama jarak. Sementara aspek *wirasa* merupakan tingkatan penghayatan yang menyertakan jiwa (rasa) di dalam mengekspresikan peran. Kualitas kepenarian seseorang dikatakan baik apabila ketiga aspek *wiraga*, *wirama*, dan *wirasa* mampu terinternalisasi dalam diri seorang penari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa di dalam pembelajaran tari metode *wejed* yaitu metode untuk membetulkan sikap-sikap anggota badan dengan memegang bagian badan yang salah atau kurang sangat diperlukan. Peningkatan kualitas *wirasa* tidak bisa dilakukan secara instan dan parsial. Diperlukan kesungguhan di dalam latihan-latihan yang terkait dengan aspek *wiraga* dan *wirama*. Hal tersebut disebabkan bahwa peningkatan kualitas *wirasa* sangat terkait dengan proses peningkatan kualitas *wiraga* maupun *wirama*. Penguasaan dan penerapan berbagai aturan teknik tersebut secara terintegrasi dapat meningkatkan kualitas *wirasa*. Untuk peningkatan kualitas ketubuhan tersebut dilakukan melalui tiga bentuk olah tubuh yang berpedoman pada teknik tari tradisi, olah tubuh yang bertujuan untuk peningkatan stamina dan kelenturan, serta olah tubuh yang bertujuan untuk meningkatkan kepekaan tubuh dan kepekaan rasa dengan proses latihan di alam terbuka. Latihan olah tubuh yang didasarkan pada pola tradisi yang tidak disertai dengan penguasaan karakter, siswa hanya berlatih secara teknik. Peningkatan kualitas *wirasa* diperlukan latihan terus menerus dengan bimbingan guru yang mempunyai kualitas kepenarian yang baik, pengetahuan yang mumpuni, dan kecermatan serta ketelitian agar mampu mengarahkan dan membimbing siswa di dalam proses peningkatan kualitas aspek *wirasa*.

Kata kunci: Internalisasi, *wirasa*, pemeranan

Pendahuluan

Daya pikat akan terjadi apabila seorang penari mampu menginternalisasi *wiraga*, *wirama* dan *wirasa* yang sudah menubuh dalam diri penari. Internalisasi merupakan upaya pemilihan, penggalian, dan penguasaan berbagai aturan dan norma tari agar menjadi bagian tak terpisahkan dari perilaku penari pada saat menari. Internalisasi *wiraga*, *wirama*, dan *wirasa* diperlukan proses secara terus menerus baik secara mandiri maupun dalam bimbingan pengajar yang berkompeten agar menjadi penari yang berkualitas. Untuk memperolehnya dibutuhkan dedikasi dan tekad yang keras. Tanpa adanya proses latihan untuk menjaga kemampuannya akan berakibat menurun pula kualitasnya. Hal tersebut disebabkan bahwa pada saat menari seorang penari tidak dalam posisi sedang menjadi, akan tetapi sudah mensubjek jadi. Artinya bahwa, pada saat melakukan pemeranan bukan lagi menjadi dirinya yang sadar terhadap kondisi alaminya akan tetapi sudah memasuki wilayah ekspresi seni. Oleh karena itu setiap penari agar memiliki tanggung jawab terhadap penghayatan peran dengan menyertakan seluruh potensi jiwa dan raganya.

Peningkatan aspek *wiraga* yang bersifat teknik dilakukan dengan latihan olah tubuh sebagai upaya untuk mengeksplorasi tubuh agar setiap anggota badan mampu menjelajah secara fungsional maupun estetis. Latihan olah tubuh berguna untuk melatih kepekaan tubuh di dalam menjelajahi instrumen tubuh tak terbatas. Kualitas tubuh sebagai instrumen apabila mampu melakukan teknik gerak apa pun serta mampu mengejawantahkan keinginan tari secara artikulatif. Di dalam tari tradisi untuk meningkatkan kualitas aspek teknik gerak dilakukan dengan latihan-latihan yang didasarkan kaidah dasar teknik gerak tradisi. Untuk tari klasik gaya Yogyakarta di dalam meningkatkan kualitas teknik gerak tari beberapa sanggar tari melatih unsur-unsur gerak tari, Rengga Mataya, dan *tayungan*. Sementara bagi penari putri dilatih menarikan tari *Sari Tunggal* yang merupakan dasar-dasar gerak tari putri dengan disertai delapan belas ragam tari putri.

Aspek *wirama* yang mempunyai kedudukan bahwa irama musik sebagai pengiring dan pembingkai tari agar penari dapat merasakan irama gending, irama

gerak, dan irama jarak. Penguasaan irama gending diperlukan agar setiap penari dapat mengetahui irama gending baik dalam tempo lambat atau cepat, irama gerak berkaitan dengan tingkat koordinasi gerak satu dengan lainnya, irama jarak berkaitan dengan terjaganya posisi dan kondisi anggota badan pada saat melakukan gerak tari. Untuk mengkondisikan hal tersebut, latihan tari yang dilaksanakan di Bangsal Kasatrian Kraton Yogyakarta selalu dilakukan dengan iringan gamelan secara langsung yang ditabuh para abdi dalem Kridha Mardawa Kraton Yogyakarta. Sementara di sanggar-sanggar menggunakan iringan dalam bentuk rekaman. Penghayatan terhadap irama gamelan tersebut akan bermanfaat untuk melatih kepekaan dan meningkatkan penguasaan aspek *wirama*.

Wirasa merupakan aspek yang terkait dengan kemampuan penari di dalam mengekspresikan karakter peran. Aspek *wirasa* selama ini masih belum mempunyai metode yang terintegrasi dalam proses pembelajaran tari. Proses pembelajaran tari cenderung pada hal yang bersifat teknik dan bentuk. Apalagi guru yang jarang terlibat dalam pertunjukan tari, maka transformasi pembelajaran tari kurang merambah pada aspek *wirasa*. Selain itu banyak kegiatan latihan di sanggar pun tidak berorientasi pada latihan *wirasa*. Tokoh tari dari kerabat Kraton Yogyakarta Pangeran Soerjodiningrat menyatakan bahwa: “*Ingkang kawastanan djoged inggih poenika ebahing sadaja sarandoening badhan, kasarengan oengeling gangsa (gamelan) katata pikantoek kalajan wiramaning gendhing, djoemboehing pasemon kalajan pikadjenging djoged*” (Soerjodiningrat, 1934: 3 dan Suharti, 2015:60). Maksud dari pernyataan tersebut menandakan bahwa tari tidak hanya dipandang dari dimensi visual saja (aspek bentuk), akan tetapi di dalam karya tari mengandung muatan *wirasa* (aspek isi).

Pada masa lampau para penari untuk mencapai kualitas *wirasa* melakukan berbagai cara yang sering disebut dengan *laku*. Hal tersebut disebabkan guru tari masa lampau tidak selalu mengajarkan berbagai hal tentang *wirasa* kepada para muridnya secara jelas. Seorang murid harus mencari sendiri untuk meningkatkan dirinya dengan berbagai cara atau laku. Usaha yang dilakukan murid pada suatu ketika akan ditunjukkan kepada gurunya. Ada banyak laku atau tindak yang mesti dicari secara kreatif oleh seorang murid. Seni yang dipelajari sebagai *state of*

expression jarang sekali dinyatakan dalam *state of describing* ataupun *state of analysis*. Ada banyak ketidakjelasan yang muncul dan tentunya memberikan banyak keraguan untuk memilih nilai-nilai yang ditawarkan oleh sang guru (Widaryanto, 2015:80). Demikian juga untuk menjadi penari yang berkualitas para penari di Bali melakukan berbagai *laku* untuk mendapatkan *taksu*. Kata *taksu* sangat dikenal di antara masyarakat Bali. Artian yang pertama, *taksu* merupakan kekuatan suci yang berasal dari Tuhan yang dapat diperoleh melalui upacara ritual dan olah spiritual. Arti kedua, *taksu* adalah objek material *sanggah taksu*, sebuah tempat pemujaan dengan bentuk dan struktur fisik tertentu (Dibia: 2012, 31).

Beberapa masalah yang terjadi terhadap kualitas kepenarian di dalam pertunjukan misalnya pada saat menari tidak menerapkan aturan-aturan teknik yang harus dipatuhi. Kepatuhan penerapan aturan teknik gerak (*wiraga*) akan menjadikan sistem otot terkondisi dalam sikap badan (*deg*) yang siap melakukan gerak. Di samping itu terjaganya sikap badan (*deg*) akan berpengaruh pada kualitas teknik gerak yang dapat mengantarkan pada kualitas *wirasa*. Berbagai hal tersebut sangat berkaitan dengan kualitas penghayatan peran yang terkait dengan *wirasa* sebagai ujud penyatuan diri dengan peran yang dibawakan. Bagi pembelajaran yang bersifat teknik (aspek *wiraga* dan *wirama*) telah banyak dilakukan, akan tetapi aspek *wirasa* yang memuat Ilmu Joged Mataram yang terdiri dari *sawiji*, *greded*, *sungguh*, dan *ora mingkuh* belum semua pengajar tari klasik gaya Yogyakarta memberi pemahaman yang mampu dilakukan anak didiknya. Hal tersebut disebabkan bahwa pemahaman terbatas pada penguasaan yang bersifat kognitif atau sebatas pada pemahaman keilmuan.

Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengalaman manusia dalam esensi-esensi kesadaran dan pengalaman dari para pakar tari, *empu* tari, guru tari, penata tari, sutradara, dan penari. Penelitian difokuskan pada pengalaman-pengalaman subyektif manusia dan interpretasi-interpretasinya. Atas dasar pemikiran tersebut penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi sebagai salah satu jenis penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini akan menerapkan beberapa cara agar data yang diperoleh dapat mengungkap

permasalahan dari tujuan penelitian. Teknik pengumpulan data dengan cara pengamatan (observasi), wawancara, dan studi dokumen.

Hakekat *Wirasa* dalam Tari

Wirasa di dalam tari merupakan aspek penting yang terkait dengan penghayatan dan penjiwaan di dalam pemeranan. Hidupnya suatu tarian sangat dipengaruhi kemampuan penari dalam menjiwai karakter peran yang dibawakannya. Pada hakekatnya setiap penari harus mampu mengekspresikan apa pun peran yang dibawakan dengan seluruh kemampuan tubuh dan jiwanya. Ketika seorang penari bergerak mantap dengan penghayatan penuh, akan terpancarlah energi, atau dinamismenya yang kuat dalam dirinya. Energi dan perasaan yang dihadirkan terfokus melalui gerak tarinya itu dialami juga oleh pemirsa sebagai emosi estetis (Marianto, 2012: 358). Interaksi emosi estetis antara penari dan pemirsa dapat terjadi apabila seorang penari mempunyai kualitas tubuh sebagai instrumen tari baik, kemampuan ekspresi baik, serta kepekaan rasa untuk penghayatan karakter secara baik. Hal tersebut disebabkan bahwa tanpa pengisian jiwa, tari akan kurang hidup, kosong, dangkal, tidak berdaya dan tanpa berkarakter (Suryobrongto dalam Dewan Ahli Yayasan Siswo Among Bekso, 1981: 13). Oleh karena itu gerak yang indah bukan sekedar ketrampilan dari aspek teknik gerak penampilan penari yang dinikmati oleh mata, akan tetapi lebih dari itu sebagai pengungkapan simbol dan makna yang dinikmati oleh rasa, sehingga sajian tari tidak hanya sebagai kesenangan indrawi tetapi dapat menjadi santapan rohani (Ciptoning: 2007: 92). Karena seni tidak cukup hanya menampilkan materi dan teknik secara benar, tetapi juga harus disajikan dengan penuh perasaan (Astuti dalam Zuchdi, 2011: 257). Penghayatan yang mendalam dan penuh perasaan di dalam ekspresi seni diharapkan mendapat simpati dan empati penonton. Untuk itu bagi seorang penari ketrampilan teknik dan kemampuan ekspresi merupakan hal penting untuk selalu dikaji dan dilatih terus menerus. Mempunyai ketrampilan teknik yang tinggi tanpa disertai kemampuan ekspresi menjadikan menari tanpa daya. Oleh karena itu diperlukan kepekaan untuk merasakan setiap aktivitas gerak yang dilakukan agar menyatu dengan ekspresinya. Kemampuan mengekspresikan keinginan tari sangat terkait dengan penghayatan yang menyertakan rasa.

Menurut Ki Hadjar Dewantara rasa adalah segala gerak gerik hati yang menyebabkan mau tidak mau, merasa senang atau susah, sedih atau gembira, malu atau bangga, puas atau kecewa, berani atau takut, marah atau belas kasihan, benci atau cinta, dan seterusnya (2013: 451-452). Rasa adalah saripati, esensi atau hakekat dari sesuatu (Marianto, 2017: 358). Rasa senang, susah, sedih, gembira, puas, kecewa, berani, takut, marah, benci, cinta, dan seterusnya hanya dapat dirasakan melalui proses yang terakumulasi sehingga menyebabkan seseorang menangis karena sedih, tertawa karena gembira dan sebagainya. Pemahaman tentang rasa dan pentingnya rasa, tentang bagaimana relasi antara rasa dan pikiran, serta tentang prinsip meraksasakan rasa dalam dunia cipta seni perlu dipahami secara baik. Karena pemahaman tentang relasi timbal balik atas aspek-aspek ini dapat memperkaya visi dan daya kreatif (Marianto, 2017: 377). Prinsip meraksasakan rasa dalam seni merupakan upaya terus menerus untuk menumbuh kembangkan rasa sebagai aspek penting dalam seni. Untuk itu diperlukan kepekaan di dalam berinteraksi dengan berbagai situasi agar mampu merasakan peristiwa kehidupan yang dapat mendukung aktivitas ekspresi seni.

Dinyatakan bahwa: "*Makartining rasa djalaran saking panggulawenthah utawi piwulang, punapadene pangalaman-pangalaman ingkang tinampen utawi kasandang ing sadinten-dintenipun*" (Soemodidjaja, 1951:10). Pemikiran tersebut sejalan dengan pandangan Ki Ageng Suryamentaram yang menganjurkan agar manusia mampu membuktikan *raos*-nya sendiri, yaitu dengan jalan mengalami atau mempraktikkan (Sugiarto, 2015: 36). Mendapatkan pengetahuan dengan cara berpikir sangat berbeda dengan mendapatkan pengetahuan melalui rasa (dengan merasakan). Pengetahuan pertama didapat tanpa/mendahului pengalaman karena di sana hanya diperlukan kekuatan rasio yang berjalan amat logis, sementara cara kedua adalah jenis pengetahuan yang didapatkan harus melalui pengalaman-pengalaman inderawi karena harus dapat dirasakan tubuh yang men-jasmaniah (Sugiarto, 2015: 37). Pengalaman seseorang adalah wilayah empirik yang apabila berada dalam situasi yang *purposive* terhadap kehidupan akan menghasilkan validitas pengetahuan yang kuat pada level kebenaran (Soeparno dalam Sugiarto, 2015: viii). *Ngelmu iku kelakone kanthi laku*. Bagi dunia tari yang terkait dengan

kemampuan penari di dalam mengekspresikan peran, maka pengalaman melakukan berbagai peran sangat dibutuhkan. Semakin bervariasinya peran yang dibawakan akan memperkaya pengalaman di dalam mengeksplorasi berbagai karakter. Proses eksplorasi karakter merupakan suatu aktivitas untuk mendapatkan informasi secara menyeluruh terhadap tokoh yang diperankan. Didapatkannya informasi karakter peran secara utuh akan menjadikan seorang penari dapat menyatu dengan peran yang dibawakan. Kemampuan menginternalisasi peran ke dalam diri akan membuka jalan terjadinya interaksi aktif antara objek yang diamati dengan subjek yang mengamati.

Menikmati sebuah pertunjukan tari diperlukan empati agar terjadi interaksi terus menerus selama pertunjukan berlangsung. Hal tersebut disebabkan dunia tari merupakan seni sesaat yang tidak dapat diulang dalam gerak maupun ekspresi yang sama. Gerak tari merupakan rangkaian kejadian dalam situasi dan kondisi yang berlangsung dalam ruang, waktu dan tenaga yang terajut menjadi satu kesatuan. Situasi dan kondisi tentang ruang, waktu dan tenaga akan berpengaruh terhadap luaran ekspresi penari. Oleh karena itu seorang penari diharapkan mampu mencurahkan segala kemampuan raga dan jiwanya untuk melakukan tugas kepenariannya. Sementara dari sisi penonton diharapkan mengikuti terus menerus proses pertunjukan. Karena untuk menangkap rasa (inti atau esensi) seni, pengamat harus mau merasakan dan mengalami, tidak cuma menganalisis secara kritis. Taksu harus didekati dengan *empathy* dan dirasakan secara sinestetis (*synaesthetic*) dalam mana indra-indra sepenuh-penuhnya dibiarkan aktif. Hal tersebut diperlukan agar penonton mampu merajut rasa untuk mendapatkan makna dalam pertunjukan yang ditontonnya. Interaksi terus menerus tersebut dalam pandangan Hawkins disebabkan bahwa:

Our sensing and overall awareness was not so much concerned with the technical performance or the theatrical effects as with the energy flow, the vitality of the event, and above all the inner substance of the work. We found ourselves being drawn in, participating vicariously, and deeply absorbed in the unfolding of the movement event (Hawkins, 1991: 30-31).

Usaha untuk menjadikan tubuh dan jiwa mampu menjadi media ekspresi dalam tari, seorang koreografer dan penari Sardono W. Kusumo tidak hanya

mengalami penghayatan teknik gerak dalam satu karakter (spesialisasi karakter seperti yang terjadi dalam proses pendidikan tari di keraton pada masa lalu), tetapi mengalami penelusuran berbagai karakter (Widaryanto, 2015: 97). Penari yang berpengalaman melakukan berbagai macam karakter akan menjadi semakin kaya dan matang di dalam menghayati peran. Hal tersebut disebabkan bahwa seorang penari dituntut agar totalitas jiwa dan raganya mampu melakukan peran yang dibawakan dengan utuh. Mampu menjadikan dirinya untuk menjadi diri yang lain (Sarjiwo, 2004: 161). Menjadi diri dalam totalitas karakter yang sedang dimainkan. Selanjutnya kemampuan tubuh sebagai instrumen dalam tari akan siap untuk melakukan peran apa pun. Seorang penari dituntut totalitas jiwa dan raganya mampu melakukan peran yang dibawakan dengan baik. Seluruh potensi yang dimiliki dicurahkan pada peran yang dibawakan. Penari harus memahami dan sadar betul pada detail dan berbagai kualitas gerak serta pemahaman pada rasa gerak (Prabowo, 2015: 139). Untuk itu diperlukan kemampuan berbagai hal yang bersifat teknik serta kemampuan dalam hal penjiwaan. Kemanunggalan antara jiwa dan raga, atau rasa, menjadi salah satu penentu bagi tarian. Banyak sajian tari yang gagal memukau penontonnya karena dibawakan oleh penari yang belum mampu menyatukan jiwa raganya. Seorang yang terampil olah fisik namun kurang mampu memberi jiwa dan getar kehidupan pada gerak-gerak yang dilakukan di atas pentas hanya akan menyajikan gerak yang tanpa jiwa (Dibia, 2013: 108). Proses penyatuan tersebut diperlukan usaha atau latihan terus menerus serta dibutuhkan keiklasan untuk menjalaninya dengan penuh tanggung jawab. Oleh karena itu pada hakekatnya *wirasa* dalam tari diperlukan untuk memberi kekuatan daya hidup pada tarian. Daya hidup yang diharapkan mampu memberi santapan rohani bagi penikmatnya. Oleh karena itu tubuh sebagai instrumen dan jiwa sebagai kekuatan ekspresi dalam tari harus dikosongkan untuk diisi dengan apa pun peran yang dibawakan. Hal tersebut oleh para empu tari sering disampaikan tentang konsep *kothong nanging kebak*.

Kualitas *Wirasa* dalam Pendidikan Tari

Di dalam pendidikan tari peningkatan kualitas *wirasa* secara metodis belum menjadi bagian di dalam proses pembelajaran. Aspek *wirasa* sebagai

bagian tak terpisahkan di dalam tari semestinya menjadi bagian bahan ajar. Pendidikan tari lebih berorientasi pada aspek teknik dan bentuk. Apalagi tidak semua pengajar tari mempunyai pengalaman pemeranan yang memadai. Pengalaman tersebut sangat membantu di dalam memberikan pemahaman terhadap aspek *wirasa*. Tidak setiap guru mengetahui ilmu ini, sehingga kebanyakan para murid pun tidak mengenalnya. Ini disebabkan titah Sri Sultan Hamengkubuwono I yang tidak memperkenankan ilmu ini diajarkan kepada setiap orang yang belajar menari. Hanya mereka yang sungguh-sungguh berbakat dan sudah memperoleh kematangan lahir dan batin, sehingga menjadi guru yang terpercaya, diperkenankan mendalami ilmu tersebut (Suryobrongto dalam Wibowo, 1981: 88). Oleh karena itu tidak banyak penari yang memahami aspek tersebut. Transfer pengetahuan *wirasa* dari guru ke murid terjadi apabila murid aktif bertanya kepada guru.

Seorang seniman tari Bali bernama I Wayan Geria menekankan bahwa murid harus aktif untuk mengejar ilmu gurunya dan kemampuan seni tidak cukup hanya dengan diajarkan. Murid harus berlatih menggali kemampuan dari dalam diri secara mandiri. Guru lebih berperan sebagai pembimbing masalah-masalah yang berkaitan dengan teknik yang mencakup olah rasa, tubuh, dan mata (Rahayuning, 2010: 7). Pernyataan Geria tersebut disampaikan kepada para muridnya disebabkan bahwa latar belakang Geria menjadi seniman tari terkenal di Bali didasari dari hasil belajarnya pada guru-guru kesenian yang terpandang dan mumpuni di Bali. Demikian juga Sumar Bagyo yang lebih dikenal dengan sebutan Bagyo Gareng, pemain Gareng pada wayang orang Ngesti Pandawa di Semarang. Sumar Bagyo selalu berlatih di dalam mencari gerakan-gerakan *gecul* baru untuk mendukung dan meningkatkan penampilannya di atas panggung. Gerakan *gecul* merupakan gerakan yang unik untuk menimbulkan tawa bagi penonton. Panggung Ngesti Pandowo ia gunakan sebagai tempat latihan setiap hari. Semakin banyak berlatih akan semakin matang kemampuannya (Wulandari, 2016: 52). Berlatih secara mandiri tersebut terkait bahwa guru pada masa lalu tidak pernah memberikan instruksi dengan jelas dan gamblang. Laku tersebut dirasakan menjadi penting karena murid harus mencari sendiri, mengeksplorasi habis-

habisan tubuhnya sendiri, untuk kemudian menemukan dan memaknai berbagai *construct* sosial maupun *construct* tubuh bagi dirinya sendiri (Widaryanto, 2015: 84). Proses pencarian yang dilakukan secara mandiri tersebut akan menghasilkan gaya dan rasa gerak yang diharapkan bisa *nyalira/menubuh/embodied*.

Usaha yang dilakukan dengan berlatih secara mandiri tersebut apabila dipandang dari teori motivasi dapat terjadi disebabkan adanya dorongan internal maupun eksternal. Dinyatakan bahwa:

...Motivation caused by external events or outside rewards that have nothing to do with the learning situation itself generally is called extrinsic motivation. ... In contrast to the behavioral view, the cognitive view emphasizes intrinsic (internal) sources of motivation, such as the satisfaction learning or accomplishment (Woolfolk, 1984 : 272-273).

Dalam hal motivasi intrinsik tersebut sangat tergantung pada diri individu di dalam meningkatkan diri, sementara motivasi ekstrinsik peran berbagai pengadaan aktivitas latihan ataupun pertunjukan tari sangat membantu merangsang timbulnya motivasi ekstrinsik. Berangkat dari contoh tersebut seyogyanya para penari muda secara mandiri melakukan pencarian dengan melakukan latihan secara rutin. Hal tersebut diperlukan agar kemampuan dirinya semakin meningkat dan berkembang. Apalagi pembelajaran tari di kraton Yogyakarta sebagian besar guru-guru membiarkan murid untuk mencari sendiri. Interaksi guru dengan murid kurang terjalin secara aktif. Oleh karena itu pembelajaran dan pewarisan aspek *wirasa* dalam pendidikan tari Yogyakarta kurang berjalan dengan baik.

Aspek *wirasa* yang bersumber dari *Kawruh Joged Mataram* (Ilmu Joged Mataram) terdiri dari 4 unsur yaitu: (1) *Sawiji* (konsentrasi), (2) *Greged* (semangat), (3) *Sengguh* (percaya diri), dan *Ora mingkuh* (pantang menyerah) (Dewan Ahli Yayasan Siswo Among Beksa, 1981: 14). *Sawiji* adalah konsentrasi pada kesanggupan untuk menyatukan kemauan dengan mengerahkan seluruh kekuatan rohani dan pikiran ke arah pikiran yang jelas dan melakukannya secara terus menerus (Suryobrongto, 1982: 7). *Greged* atau semangat, mendorong tekad untuk mengejar harapan dan mewujudkannya dengan bekerja keras. *Sengguh* atau percaya diri yang menurut etika Jawa harus berlandaskan pada *ngesthi pribadi* yang berarti tidak mengedepankan egonya dan tidak sombong. *Ora mingkuh* atau pantang menyerah merupakan ekspresi dari sikap tanggung jawab. *Ora mingkuh*

dalam hal ini lebih condong pada pengertian bahwa seseorang harus memiliki sifat *teteg* (mantab), *tatag* (memandang ke depan), serta *jejeg* (teguh) dalam pendirian (Sunaryadi, 2013: 123-125). Keempat sub aspek tersebut hanya dapat dipahami apabila telah melakukan eksplorasi untuk mencapai pada kualitas tersebut. Di dalam pendidikan tari sub aspek *sawiji*, *greded*, *sungguh*, dan *ora mingkuh* sebagai ranah keilmuan. Oleh karena dipahami sebagai ranah keilmuan, maka aspek tersebut belum sampai pada proses internalisasi ke dalam proses pembelajaran.

Konsep *Kothong Nanging Kebak* dalam Pemeranan

Seorang penari ketika sedang berperan, harus didasari oleh keiklaskan untuk melakukan peran tersebut dengan seluruh potensi yang dimilikinya. Apa pun peran yang diamanatkan harus dijalani dengan penuh tanggung jawab. Peran dalam suatu cerita tetap menjadi bagian penting dari keseluruhan cerita. Tidak memandang apakah sebagai peran utama, peran pembantu ataupun sebagai figuran tetap mempunyai kontribusi di dalam alur cerita. Selain itu dapat mendukung suasana di dalam membangun struktur dramatik secara keseluruhan. Sikap yang harus dipunyai dan dilakukan seorang penari adalah tidak mempunyai pertensi apa pun, keinginan apa pun, semuanya demi peran yang dibawakan. Hal tersebut menurut Suharto bahwa pada tingkat tertentu sewaktu seseorang sedang menari terjadi sesuatu kemungkinan bahwa ia beralih menjadi sesuatu yang lain. Proses tersebut dapat dipandang sebagai proses transformasi (1991: 42). Dalam hal tersebut terjadi adanya perubahan antara diri yang mensubjek dengan diri dalam kapasitas karakter peran. Dengan demikian, ciri subjek diri diharapkan tidak terbawa ke dalam peran yang dibawakan.

Pemikiran Ki Ageng Suryametaram tentang konsep manusia tanpa ciri menyebutkan bahwa manusia tanpa ciri adalah orang yang mampu menggantikan dirinya menjadi sesuatu yang baik. Tidak menunjukkan siapa jati dirinya, namun mampu mengatur di mana diri dan sikap terbaik pada kondisi tertentu (Sugiarto, 2015: 109). Pemikiran tersebut menunjukkan kemampuan manusia di dalam beradaptasi untuk menuju sesuatu yang baik. Adanya kerelaan diri untuk menghilangkan jati dirinya demi kepentingan kebaikan. Tentu saja bagi seorang

penari kebaikan tersebut dipahami sebagai kebaikan di dalam memerankan suatu peran. Hal tersebut diperlukan proses adaptasi antara diri dengan peran yang akan dibawakan. Kemampuan beradaptasi tersebut sangat diperlukan bagi setiap penari untuk selalu membuka diri di dalam menerima berbagai peran yang dimandatkan kepadanya. Apalagi salah satu konsepsi tertinggi dari manusia menurut Ki Ageng Suryametaram adalah manusia tanpa ciri. Manusia tanpa ciri adalah manusia yang mampu melampaui tuntutan akal objektif yang terlepas dari pamrih pribadi atau golongan. Salah satu cirinya adalah *self-altruistic*, tidak ada kebahagiaan jika tidak membahagiakan orang lain (Sugiarto, 2015: 111). Pernyataan tersebut dikuatkan oleh Endraswara bahwa manusia tanpa ciri adalah orang yang mau memperhatikan orang lain (2018: 91). Bagi seorang penari, dirinya merasa puas dan bahagia apabila dapat perhatian dan dapat membahagiakan penonton. Oleh karena itu kepentingan penonton lebih utama dari pada kepentingannya sendiri.

Pemikiran manusia tanpa ciri apabila diadopsi ke dalam pemeranan tari, maka kehidupan tari memerlukan penari tanpa ciri. Penari tanpa ciri merupakan penari yang mampu meleburkan diri ke dalam berbagai peran yang diperankannya dengan seluruh potensi yang dimiliki. Penari tanpa ciri bukan mengarah pada spesialisasi karakter tertentu. Akan tetapi penari yang mampu *manjing ajur ajer* ke dalam peran apapun yang dimandatkan kepadanya. Untuk menjadi penari tanpa ciri diperlukan proses untuk beralih dari diri yang mensubjek menjadi diri dalam kapasitasnya sebagai peran. Dengan demikian, pada saat seseorang berperan harus mampu beralih menjadi tokoh lain. Berbeda dengan penari pada masa lampau yang mempunyai kecenderungan lebih pada spesialisasi pada peran-peran tertentu. Bahkan karakter peran terbawa dalam perilaku kehidupan sehari-hari. Perilaku tersebut diperkuat dengan pengamatan yang terus menerus oleh pihak lain sehingga semakin memperkokoh posisinya terhadap spesialisasi peran tertentu. Spesialisasi terhadap salah satu peran tersebut tentu melalui proses panjang dengan merelakan diri untuk menjadi diri dalam karakter peran secara utuh. Agar dapat beralih menjadi peran secara utuh, maka diperlukan proses pengisisan peran dengan mengosongkan diri. Pengosongan untuk memposisikan diri sebagai tempat bersemayamnya peran yang akan dibawakan. Tubuh dan jiwa dikosongkan

untuk diisi dengan karakter peran. Di dalam pemikiran pakar atau *empu* tari, untuk menyatukan diri dengan peran yang dibawakan sering ditawarkan tentang konsep *kothong nanging kebak*.

Konsep *kothong nanging kebak* merupakan istilah yang disampaikan guru kepada murid agar mampu mengosongkan diri sebagai pribadi yang mensubjek, selanjutnya dapat menyatukan diri dengan peran yang dibawakan. Agar dapat membawakan peran dengan tepat dan cermat jiwa harus *kothong* (kosong) *ananging kebak* (tetapi penuh). Secara ringkas makna dari kata-kata tersebut dapat diartikan bahwa, apabila seorang penari belum mampu mengosongkan jiwanya dan semua sifat pribadinya seperti cepat puas, kurang bertanggung jawab karena sudah merasa bisa, suka disanjung dan sebagainya, pasti tidak akan mampu mengisi jiwanya dengan karakter yang dituntut oleh perannya. Seorang penari harus mengosongkan dirinya dan mengisi sukmanya dengan karakter dari peran yang dibawakan secara penuh (Suryobrongto dalam Wibowo, 1981: 81). *Kothong* adalah suatu sikap mengikhlaskan diri yang menempatkan tubuh dan jiwa sebagai media ekspresi yang *dikebaki* dengan peran yang telah menyatu dengan tubuh dan jiwa tersebut.

Kothong nanging kebak adalah peribahasa Jawa yang mungkin tidak asing bagi para pelaku seni untuk menggambarkan kerelaan diri menjadi diri yang lain. Bahwa setiap penari harus menyediakan dan menyiapkan diri dalam totalitas dirinya untuk diisi oleh diri yang lain agar diri yang lain tersebut memenuhi totalitas di dalam dirinya. Pernyataan tersebut sangat relevan dengan kebutuhan untuk mengkondisikan perilaku sebelum berperan ke arah perilaku perannya. Oleh karena itu konsep *kothong nanging kebak* merupakan jalan untuk memasuki ruang totalitas karakter. Usaha untuk memasuki ruang tersebut dalam ilmu Joged Mataram yang terdiri dari *sawiji* (konsentrasi), *greged* (semangat), *sungguh* (percaya diri) dan *ora mingkuh* (pantang menyerah) dapat dipakai sebagai landasan di dalam *ngebaki* tubuh dan jiwa yang sudah *ngothong*. Dengan demikian akan terjadi proses kristalisasi dari Joged Mataram yaitu *self disiplin* artinya penguasaan diri lahir batin dan *kepanjangan* (Suryobrongto dalam Dewan Ahli Yayasan Siswo Among Beksa, 1981: 15). Penguasaan diri yang dilandasi

oleh kesadaran terhadap kemampuan diri sebagai manusia yang mensubjek. Kesadaran tersebut diperlukan agar ketika terjadi *kepanjangan* atas karakter yang dimainkan tidak lepas kontrol. Tidak sebagaimana penari jathilan yang sedang *trance* atau *ndadi* yang dikendalikan oleh energi lain di luar kesadaran dirinya.

Penari sebagai seorang aktor harus mampu menyatukan diri ke dalam peran yang dibawakan. Proses penyatuan tersebut diperlukan kesadaran untuk menjadikan tubuh bersedia melakukan peran yang akan dibawakan. Proses tersebut menurut Grotowski menyebutnya dengan *via negativa* adalah kembali ke titik nol. *Via negativa* merupakan teknik trans dan penyatuan seluruh kekuatan psikis dan tubuh aktor (Yudiaryani, 2002: 283). Selanjutnya Schechner mempunyai konsep tentang memperbaiki tingkah laku manusia yang disebut *restoration of behavior*. Dinyatakan bahwa:

Restored behavior is key process of every kind of performing, in everyday life, in healing, in ritual, in play, and the arts. Restored behavior is "out there", separate from "me." To put it in personal term, restored behavior is "me" behaving as if I were someone else," or "as I am told to do," or "as I have learned." Even if I feel myself wholly to be my self, acting independently, only a little investigating reveals that the units of behavior that comprise "me" were not invented by "me." Or, quite the opposite, I may experience being "beside myself," "not myself" or "taken over" as in trance. (Schechner, 2002: 28).

Berbagai pernyataan tersebut menyadarkan bahwa pada saat menari, seorang penari harus dapat luluh menyatu dengan peran yang dibawakan serta seluruh potensi kepenariannya dicurahkan secara optimal untuk peran itu.

Metode Transformasi dalam Pemeranan

Di dalam dunia pemeranan, seorang pemeran atau penari pada saat menjadi peran harus mampu memerankan dengan menyurahkan seluruh potensi yang dimilikinya. Seluruh potensi tubuh sebagai instrumen dalam tari serta diri yang mensubjek sebagai pengelola tubuh. Kesadaran terhadap potensi diri dipakai sebagai dasar pijak dalam proses transformasi peran agar dapat dilakukan dengan optimal. Keadaan tersebut adalah konsep diri yang merupakan sikap dan pandangan individu terhadap seluruh keadaan dirinya (Pudjijogyanti, 1991: 2-3). Pandangan individu terhadap dirinya tidak lepas dari diri selaku penari sebagai

manusia yang mempunyai kemampuan interpretatif. Artinya di dalam proses mengobjektifkan subjektivitas karya tari, penari memposisikan diri sebagai organisme hidup yang mempunyai kemampuan kreatif di dalam menafsir karya. Tentu tergantung pada bekal dan latar belakang serta usaha setiap individu di dalam menafsir. Karena konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain (Pudjjogyanti, 1991: 12). Apalagi semua pengalaman manusia bersifat persepsional, dan seseorang tidak dapat masuk pada persepsi orang lain, maka tidak ada alat yang dapat digunakan untuk memastikan kesamaan atau perbedaan persepsi secara tepat (Junaedi, 2016; 55). Ini artinya bahwa setiap individu baik penari maupun penonton mempunyai kebebasan di dalam menafsirkan suatu karakter peran. Oleh karena itu karakter dalam suatu peran yang sama akan ditafsirkan dan diekspresikan secara berbeda oleh setiap penari.

Peningkatan kualitas kepenarian diperlukan usaha terus menerus. Peribahasa Jawa *sepi ing pamrih rame ing gawe* (sepi harapan ramai bekerja) merupakan usaha yang terus dilakukan. Harapan adalah impian manusia tentang kondisi kehidupan yang dicita-citakan. Memiliki harapan bukanlah sesuatu kesalahan. Kesalahannya terletak pada pemaknaan dan upaya untuk meraih harapan itu. Sepi harapan di dalam peribahasa itu tidak dimaknai sebagai tidak memiliki harapan, kata “sepi” memohon ampunan Tuhan agar dilepaskan dari segala hawa nafsu dan pikiran jahat. Kerja sebagai bentuk upaya atau perjuangan untuk meraih harapan (Yuwono, 2012, 118). Sikap tersebut harus dimiliki dan tertanam dalam diri setiap penari agar kualitas kepenarian dapat meningkat. Dengan demikian, setiap peran yang dibawakan dapat terinternalisasi dalam diri yang sesuai dengan karakter peran. Hal tersebut dapat dimaknai sebagai upaya untuk merelakan diri dari keinginan-keinginan pribadi untuk berkarya bagi kepentingan yang lebih luas. Karena diri sendiri adalah sebuah objek sosial, dan obyek yang melakukan perubahan seperti semua obyek lain dalam interaksi (Soeprapto, 2002: 206). Oleh karenanya setiap penari di dalam proses beradaptasi dengan peran yang dibawakan harus membuka diri untuk menempatkan diri

sebagai media yang siap diisi dengan karakter peran yang dibawakan. Sebagaimana Mead dalam Soeprapto yang menyatakan: “Bagaimana seorang individu bisa keluar dari dirinya sendiri untuk menjadi obyek lagi bagi dirinya sendiri” (Soeprapto, 2002: 205). Untuk menuju pada tataran tersebut salah satunya dengan melakukan meditasi untuk mengenal potensi yang ada dan yang tidak ada dalam dirinya.

Suryomentaram berpandangan bahwa sikap mawas diri yang terus menerus akan membawa pada jiwa sehat. Dengan mawas diri seseorang mampu melihat kekurangan, cacat atau cela pada dirinya sehingga tidak mudah menyalahkan orang lain. Dalam melihat suatu permasalahan, manusia diharapkan untuk memulai dengan melihat kekurangan yang ada pada dirinya dan mengoreksinya sehingga tidak muncul perasaan dirinya selalu benar dan menyalahkan orang lain (Sugiarto, 2015: 121). Pandangan ini memberi kesadaran terhadap pentingnya sikap terbuka untuk menerima koreksi dari pihak lain yang berguna untuk peningkatan diri. Bagi seorang penari, apa yang dilakukan pada saat berperan dalam suatu pertunjukan tentu membutuhkan respon penonton terhadap apa yang telah dilakukannya. Adanya koreksi atau kritik dari penonton akan bermanfaat untuk peningkatan diri. Oleh karena itu seorang penari sebaiknya mawas diri agar dapat mengetahui terhadap apa yang telah dilakukan dalam berperan. Seorang penari seharusnya selalu belajar dari pengalaman dari sesuatu yang pernah dilakukannya, serta pengalaman orang lain untuk peningkatan kualitas diri. Dari kekurangan maupun kelebihan dalam berperan akan didapat peta potensi yang telah tercapai. Dengan demikian, akan bermanfaat apabila berperan dalam karakter yang lain. Oleh karena itu diperlukan ketangguhan dan kesungguhan di dalam proses peningkatan kualitas dalam pemeranan.

Hasil Penelitian

Di dalam proses pembelajaran tari di Kraton Yogyakarta interaksi antara siswa dan *pemucal* atau guru kurang terjadi secara aktif. Tempat duduk *pemucal* dalam kelompok *pemucal*, siswa dengan kelompok siswa menjadi jarak pemisah kurang terjadinya interaksi. Walaupun secara ruang fisik jarak tempat duduk masih dalam tempat yang sama, akan tetapi kebebasan dalam berinteraksi kurang

dapat terjadi. Namun demikian relasi aktif terjadi pada saat proses latihan berlangsung dimana guru melakukan koreksi secara langsung terhadap kekurangan berbagai sikap tubuh atau *deg*, teknik gerak, serta aturan yang harus dilakukan siswa. Di dalam tari proses koreksi tersebut disebut *mejed* yaitu metode untuk membetulkan sikap-sikap badan dengan memegang bagian badan yang salah atau kurang. Metode *mejed* ini diterapkan di dalam proses pembelajaran tari Yogyakarta.

Metode *mejed* dengan menyentuh langsung ke tubuh penari untuk mengoreksi sikap-sikap badan yang kurang dan salah tersebut, diharapkan siswa dapat merasakan secara langsung rasa gerak yang dikoreksi. Dengan demikian, kesalahan tidak akan terulang kembali. Bagi penari putra yang telanjang dada pada saat berlatih memudahkan *pemucal* (guru) mengoreksi dan membetulkan kekurangan siswa. Namun demikian, latihan dengan membuka baju (bertelanjang dada) sebagaimana yang dilakukan pada saat latihan di kraton tidak dilakukan di luar kraton. Latihan di luar kraton (sanggar) pada umumnya tetap mengenakan kaos. Itupun tidak mengenakan kain sebagaimana latihan di kraton.

Pemucal atau Guru putri sedang membetulkan posisi sikap tubuh siswa yang disebut dengan *mejed*. Latihan di Bangsal Manis Kraton Yogyakarta
(Foto: Sarjiwo, Juli 2018)

Latihan olah tubuh sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas tubuh sebagai instrumen merupakan proses yang bersifat tindakan. Olah tubuh dilakukan dengan tujuan agar siswa/mahasiswa mempunyai kualitas tubuh yang mampu menjadi instrumen untuk ekspresi dalam tari. Dari hasil observasi didapat tiga model olah tubuh yang masing-masing mempunyai karakteristik proses dan tujuan yang berbeda. Pertama olah tubuh yang didasarkan pada gerak-gerak tari tradisi, kedua olah tubuh yang berorientasi pada tujuan peningkatan stamina dan kelenturan, serta olah tubuh yang bertujuan untuk meningkatkan kepekaan ketubuhan dan kepekaan rasa.

Di Kraton Yogyakarta latihan peningkatan ketubuhan (*wiraga*) ini bagi penari putra dilandasi dengan latihan *Tayungan*, sementara untuk penari putri didasari

dengan *Sari Tunggal*. *Tayungan* merupakan latihan tingkat dasar atau awal bagi calon penari putra. Di dalam *Tayungan* siswa diajarkan tentang teknik berjalan serta berbagai ragam tari yang ada dalam tari klasik Yogyakarta. Ragam-ragam tari putra yang sudah mengarah pada karakter tersebut memberi kebebasan bagi siswa untuk memperdalam. Pendalaman pada ragam gerak tersebut dilakukan secara berulang. Para siswa dapat mengulang dalam ragam yang sama atau ragam tari yang lain tergantung dari keinginan siswa ragam tari apa yang akan diperdalam. Untuk ragam tari putra baik ragam tari putra *alus* maupun putra *gagah* telah mengarah pada karakter tertentu. Namun demikian pendalaman ragam-ragam gerak tersebut kadang tidak disertai dengan kesadaran untuk pendalaman karakter. Para siswa lebih memperdalam dari aspek teknik geraknya. Hal tersebut disebabkan ketidaktahuan siswa terhadap ragam tari yang dilakukan dengan karakter peran dari ragam tersebut.

Bagi siswa putri latihan tingkat awal dengan materi *Sari Tunggal* yang merupakan koreografi yang disusun dari ragam-ragam gerak tari putri. Apabila ragam-ragam gerak tari putra telah mengarah pada karakter, ragam-ragam gerak tari putri secara spesifik tidak diperuntukkan bagi karakter tertentu. Ragam-ragam gerak tari tersebut bisa ditarikan untuk karakter putri *luruh*, putri *lanyap* atau *mbranyak*, untuk tari Srimpi maupun Bedaya. Oleh karena ragam gerak tari putri secara spesifik tidak diperuntukkan bagi karakter peran tertentu, maka di dalam proses latihan guru melakukan koreksi terhadap teknik gerak yang dilakukan. Oleh karena itu peran guru dalam *mejed* sangat penting agar siswa mampu merasakan gerak yang dilakukan.



Pemucal atau Guru putra sedang membetulkan posisi dan sikap tubuh siswa dengan *mejed* pada bagian yang kurang atau salah. Latihan di Bangsal Kasatrian Kraton Yogyakarta
(Foto: Sarjiwo, April 2018)

Di dalam proses pembelajaran olah tubuh untuk melatih kepekaan ketubuhan dapat dilakukan baik di ruang tertutup/studio maupun ruang terbuka dengan berinteraksi langsung dengan alam. Proses latihan di sini lebih menitik beratkan pada kepekaan setiap individu di dalam berinteraksi dengan alam. Di dalam interaksi tersebut diperlukan kepekaan indranya untuk menjadi dasar di dalam melakukan aktivitas gerak. Proses latihan di sini diperlukan kesabaran dan keikhlasan agar proses bergerak di dasarkan pada rangsangan dari luar diri. Kemampuan merasakan rangsangan dari luar diri tersebut akan menjadi dasar di dalam bergerak. Kemampuan responsif tersebut akan memberi peluang cara bergerak yang berbeda antara satu dengan lainnya. Dengan demikian, setiap individu akan berbeda-beda di dalam bergerak. Olah tubuh ini akan mengantarkan setiap individu ke dalam penghayatan rasa gerak. Selanjutnya kenikmatan merasakan sentuhan alam tersebut dapat dipakai sebagai sarana peningkatan kualitas *wirasa* dalam tari.



Proses Eksplorasi di Grojogan Nglepo Dlingo Bantul untuk melatih kepekaan ketubuhan yang bertujuan meningkatkan kepekaan rasa (Foto: Sarjiwo, Mei 2018)

Penutup

Proses peningkatan kualitas aspek *wiraga* dan *wirama* telah banyak dilakukan dengan mengacu pada aturan-aturan yang telah terbakukan. Namun demikian aspek *wirasa* yang memuat Ilmu Joged Mataram yang terdiri dari *sawiji*, *gaged*, *sungguh* dan *ora mingkuh* belum terintegrasi dalam proses pembelajaran. Hal tersebut disebabkan bahwa pemahaman terbatas pada penguasaan yang bersifat kognitif atau sebatas pada pemahaman keilmuan. Berdasarkan pada berbagai hal yang telah dipaparkan, maka proses internalisasi aspek *wirasa* bagi pemeranan dalam tari dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas kepenarian.

Di dalam dunia pendidikan tari, peningkatan kualitas *wirasa* secara metodis belum menjadi bagian di dalam proses pembelajaran. Aspek *wirasa* sebagai bagian tak terpisahkan di dalam tari semestinya menjadi bagian bahan ajar. Pendidikan tari lebih berorientasi pada aspek teknik dan bentuk. Apalagi tidak semua pengajar tari mempunyai pengalaman pemeranan yang memadai. Pengalaman tersebut sangat membantu di dalam memberikan pemahaman terhadap aspek *wirasa*. Oleh karena tidak setiap guru mengetahui ilmu ini, sehingga kebanyakan para muridpun tidak mengenalnya pula. Oleh karena itu tidak banyak penari yang memahami aspek tersebut. Proses transformasi pengetahuan *wirasa* dari guru ke murid terjadi apabila murid aktif bertanya kepada guru. Berdasarkan pada kenyataan tersebut menjadi sangat urgen bahawa

kualitas aspek *wirasa* dalam tari perlu dilakukan penelitian agar dapat mengungkap aspek tersebut secara menyeluruh.

REFERENSI

- Amstrong, T. (1994). *Multiple intelligences in the classroom*. Alexandria: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Basri, M. (2001). Manfaat Olah Tubuh Bagi Seorang Penari. *Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni*, 2(3), 61-71.
- Benamou, M. (1998). *Rasa in Javanese musical aesthetics* (Disertasi doktor, The Univesity of Michigan, 1998).
- Ciptoning, B. (2007). Rasa dan Gerak: Bentuk Isi Penyajian Tari Jawa. *Jurnal Seni Tari*, 2(2), 89-111.
- Damayanti, I., Sabana, S., & Adriati, I. (2014). Kajian Aspek Ketidaksadaran dalam Karya Seni Rupa Indonesia Periode 2000-2011. *Journal of Urban Society's Arts*, 14(1), 17-26.
- de Jong, S. (1976). *Salah Satu Sikap Hidup Orang Jawa*. Yogyakarta: Penerbitan Yayasan Kanisius.
- Dewan Ahli Yayasan Siswo Among Bekso. (1981). *Kawruh Joged Mataram* . Yogyakarta: Yayasan Siswo Among Bekso Yogyakarta.
- Dibia, I. (2012). *Taksu: Dalam Seni dan Kehidupan Bali*. Denpasar: Bali Mangsi.
- Dibia, I. (2013). *Puspasari Seni Tari Bali*. Denpasar: UPT Penerbitan ISI Denpasar.
- Hawkins, A. M. (1991). *Moving From Within: a New Method for Dance Making*. Chicago: Acapella Books, Incorporated.
- Langer, S. K. (1957). *Problem of Art*. New York: Charles Seribner's Sons.
- Majelis Luhur Persatuan Tamansiswa. (2013). *Ki Hadjar Dewantara: Pemikiran, Konsepsi, Keteladanan, Sikap Merdeka, Buku 1 (pendidikan)*. Yogyakarta: Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa (UST-Press).
- Marianto, M. D. (2017). *Art & Life Force In a Quantum Perspective*. Yogyakarta: Script Books Publisher.
- Maryani, D. (2007). Wiraga, Wirama, Wirasa dalam Tari Tradisi Gaya Surakarta. *Jurnal Seni Budaya*. 5(1), 28-41.
- Prabowo, W. S. (2015). Tentang Tubuh Penari dan Penciptaan Tari Jawa. *Jurnal Seni Tari, Joged, Volume 7*, 135-144.
- Pudjijogyanti, C. (1991). *Konsep Diri dalam Pendidikan*. Jakarta: Penerbit ARCAN.

- Rahayuning, A. K. P. (2010). I Wayan Geria: Penari, Pencipta, dan Guru Seni Pertunjukan Bali. *Jurnal Penelitian dan Penciptaan Seni*, 10(1), 1-11.
- Read, H. (1967). *The Meaning of Art*. Baltimore: Penguins Books.
- Rustiyanti, S. (2013). Kompetensi Penari: Alua Patuik Raso Pareso. *Jurnal Seni Pertunjukan*, 14(2), 153-161.
- Schechner, R. (2002). *Performance studies*. London: Routledge.
- Setianingsih, Y. (2014). Peranan Olah Tubuh Untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak dalam Tari pada Anak-Anak SMP Negeri 01 Karangkoobar. *Jurnal Seni Tari*, 3(1), 1-9.
- Setiyastuti, B. (2011). Melatih Tubuh: Sebuah Metode Baru Olah Tubuh dalam Tari. *Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni*, XI (1), 15-25.
- Soegiono, & Muis, T. (2012). *Filsafat Pendidikan: Teori dan Praktek*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Soemodidjaja, R. (1951). *Adji Pameleng: Pangulahing lampah jogo, inggih samadiening manunggaling kawula gusti*. Jogjakarta: Sinar-Asia.
- Soeprapto, R. (2002). *Interaksionisme Simbolik: Perspektif Sosiologi Modern*. Malang: Averroes Press.
- Soerjadinigrat, B. P. A. (1934). *Babad lan Mekaring Djoged Djawi*. Yogyakarta: Kolf Buning.
- Sugiarto, R. (2015). *Psikologi raos: Sainifikasi kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram*. Yogyakarta: Pustaka Ifada.
- Suharti, T. (2015). *Bedhaya Semang Karaton Ngayogyakarta Hadiningrat: Reaktualisasi Sebuah Tari Pusaka*. Yogyakarta: PT. Kanisius.
- Supriyanti, & Suharto, D. (2015). Penciptaan Tari Manggala Kridh Sebagai Media Pembentukan Karakter bagi Anak. *Journal of Urban Society's Arts*, 2(1), 18-24.
- Supriyanto. (2012). Tari Klana Alus Sri Suwela Gaya Yogyakarta Perspektif Joged Mataram. *Jurnal Seni Tari*, 3, 1-20.
- Suryobrongto, B. P. H. (1976). "Tari klasik gaya Yogyakarta". Yogyakarta: Museum Kraton Yogyakarta.
- Wibowo, F. (1981). *Mengenal Tari Klasik Gaya Yogyakarta (Editor)*. Yogyakarta: Dewan Kesenian Propinsi DIY.
- Widaryanto, F. (2007). *Menuju representasi duni dalam*. Bandung: Kelir.

- Widaryanto, F. (2015). *Ekokritikisme Sardono W. Kusuma: Gagasan, Proses Kreatif, dan Teks-Teks Ciptaannya*. Jakarta: Sekolah Pascasarjana Institut Kesenian Jakarta.
- Woolfolk, A., & Nicolich, L. M. (1984). *Educational Psychology for Teacher*. New Jersey: Prentice Hall, Inc, Englewood Cliffs.
- Wulandari, D. (2016). Proses Pencarian Identitas Gerak Gecul Gareng Oleh Sumar Bagyo. *Jurnal Pengetahuan dan Penciptaan Tari*, 15(1), 46-55.
- Yudiaryani. (2002). *Panggung Teater Dunia: Perkembangan dan Perubahan Konvensi*. Yogyakarta: Pustaka Gondho Suli.
- Yuwono, P. (2012). *Sang Pamomong: Menghidupkan Kembali Nilai-Nilai Luhur Manusia Jawa*. Yogyakarta: Adiwacana.